

**Universitas Ngudi Waluyo
Program Studi Keperawatan
Fakultas Keperawatan Skripsi,
Mei 2025
RORIYATI
017241053**

**GAMBARAN MASALAH KESEHATAN MENTAL EMOSIONAL PADA
ANAK SMAN I TANJUNG PALAS TIMUR KABUPATEN BULUNGAN**

ABSTRAK

Latar belakang: Masa remaja adalah periode yang ditandai dengan proses perkembangan dinamis yang memerlukan berbagai perubahan dan tantangan dalam kehidupan individu. Subjek kesehatan mental dalam konteks siswa sekolah menengah menerima fokus yang cukup besar karena pengaruhnya terhadap prestasi akademik, karena perilaku belajar yang efektif bergantung pada kondisi kesehatan mental. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Gambaran masalah Kesehatan Mental pada anak usia remaja di kabupaten Bulungan.

Metode penelitian: Penelitian ini dilakukan dengan menggunakan teknik kuantitatif dan desain deskriptif. Populasi penelitian ini adalah siswa SMA Negeri di Kabupaten Bulungan sejumlah 267 siswa. Sampel ditentukan sejumlah 73 responden yang dipilih dengan tehnik purposive sampling. Alat pengumpul data penelitian ini adalah Kuesioner Mini MindHEAR Youth Scale V.1. Analisis data penelitian dilakukan dengan analisis univariat.

Hasil penelitian: Rata-rata usia responden adalah 16,03 tahun dengan usia termuda 16 tahun dan usia tertua 17 tahun, sebagian besar responden adalah laki- laki sejumlah 39 reponden (53,4%), seluruh responden adalah kelas X, dan sebagian besar jumlah saudara adalah 3 saudara sejumlah 21 responden (28,8%). Sebagian besar responden mengalami ansietas ringan sejumlah 34 responden (46,6%). Sebagian besar responden mengalami depresi ringan sejumlah 41 responden (56,2%).

Saran: remaja untuk berani terbuka, mencari bantuan, dan aktif mengembangkan mekanisme coping positif, seperti menjaga kualitas tidur, mengelola waktu belajar dan hiburan, serta menjaga komunikasi terbuka dengan orang tua dan guru.

Kata kunci: Kecemasan, depresi, remaja

Ngudi Waluyo University
Nursing Study Program
Nursing Faculty
Final Assignment, August 2025
Roriyati
017241053

Mental-Emotional Health Problems Among Adolescents In Bulungan Regency

Abstract

Background: Adolescence is a period marked by dynamic developmental processes requiring adaptation to various changes and challenges in an individual's life. Mental health issues among high school students have received considerable attention due to their significant influence on academic performance, as effective learning behavior depends heavily on one's mental condition. This study aims to describe the mental health problems among adolescents in Bulungan Regency.

Methods: This study employed a quantitative approach with a descriptive design. The population consisted of senior high school students in Bulungan Regency, totaling 267 students. A sample of 73 respondents was selected using purposive sampling technique. The data collection instrument used was the Mini MindHEAR Youth Scale V.1 questionnaire. Data were analyzed using univariate analysis.

Results: The average age of respondents was 16.03 years, with the youngest being 16 years old and the oldest 17 years old. The majority of respondents were male, totaling 39 students (53.4%). All respondents were from grade X, and most had three siblings, totaling 21 respondents (28.8%). Most respondents experienced mild anxiety, totaling 34 students (46.6%). The majority also experienced mild depression, totaling 41 respondents (56.2%).

Suggestion: Adolescents are encouraged to be open about their feelings, seek help, and actively develop positive coping mechanisms, such as maintaining good sleep quality, managing time effectively between study and leisure, and fostering open communication with parents and teachers.

Keywords: Anxiety, depression, adolescents